

RESUM DEL LLIBRE DE TEXT D'UN CURS DE MIRACLES

AUTOR DEL RESUM: MARC GENESTAR

CAPÍTOL 15

EL INSTANT SANT

1. Els dos usos del temps

¹ El propòsit del temps, segons l'Esperit Sant, és poder aprendre a viure sense inquietud, sense cap tipus d'ansietat i gaudir en perfecta calma tot el temps.

² La causa del desànim quan penses que veuràs els resultats d'aquest curs dintre de molt de temps no procedeix de l'Esperit Sant. El desgast que el temps sembla provocar procedeix de la teva identificació amb l'ego que creu en la destrucció i la mort.

³ L'ego és un aliat del temps, però no el teu amic. Ell te vol veure mort, però ell no desitja morir i així te mostra que ell te pot perseguir més enllà de la mort. ⁴ L'ego t'ensenya que l'infern existeix i que està en el futur.

⁴ Els que escolten a l'ego tenen por de la mort. La idea que l'ego té sobre la immortalitat és que la culpabilitat és eterna. ⁶ L'ego creu que el passat i el futur són el mateix. D'aquesta manera reforça la creença en la culpabilitat i en l'infern.

⁷ Però l'Esperit Sant te mostra que l'infern de l'ego no existeix i que la creença en l'infern és allò que provoca la por al present i així no ho pots entendre. L'Esperit Sant empra el present per desfer la por i te guia cap el món real.

⁸ La por procedeix de creure en el passat i el futur, però aquests no existeixen. En el present no hi té cabuda la por. El present és l'únic temps que existeix. I cadascun dels seus moments s'estenen eternament plens de bellesa, innocència i felicitat.

⁹ Elegeix un instant i pensa en ell com si fos tot el temps que existeix. En ell res del passat te pot afectar i te veus lliure de culpabilitat. Aquí reneix la santedat. Segueix sense por i no experimentis cap sensació de canvi amb el pas del temps.

¹⁰ En aquest instant de santedat resideix el Cel i el Cel no canvia. Els canvis són il·lusions que ensenyen als que se senten culpables. En aquest instant recordes a Déu. ¹¹ Si trobes que per a la salvació necessites molt de temps, pensa que és un instant.

¹² L'instant de la santedat es comparteix, no és sols per a tu. Els miracles són els instants que comparteixes i els que rebràs. ¹³ Concedeix l'instant sant als teus germans aïllats i separats de la llum i l'Esperit Sant te'l tornarà, doncs al donar t'uneixes a Ell.

¹⁴ L'instant sant dura prou com per poder intercanviar l'infern pel Cel.

¹⁵ Si poses el temps en mans de l'Esperit Sant el temps és el teu amic. La santedat descansa en allò que és etern. En la santedat del Fill de Déu el temps s'atura i deixa de canviar, doncs es transforma en eternitat.

2. La fi dels dubtes

¹ L'instant sant que s'ofereix a l'Esperit Sant se li ofereix a Déu en el teu nom, i així despertes dolçament en Ell. La veritat està més allà dels temps de tal manera, que tota ella té lloc de forma simultània i és una.

² No deixis que el temps sigui causa de preocupació per a tu. Per tant, no tinguis por de l'instant sant. L'instant sant és etern justament perquè en ell no hi ha por. A través d'aquest instant t'enlaïres davant l'altar de Déu.

³ Tu estàs on eternament has estat, i on has de romandre sempre. Tu, que t'has esforçat durant anys en empresonar als teus germans amb el teu ego i la seva debilitat, no has pogut percebre la Font de la fortalesa.

³ Però en aquest instant alliberaràs a tots el teus germans de les seves cadenes i te negaràs a estalonar la seva debilitat i la teva.

⁴ Ets tu el qui decideix que els teus germans estalonin l'ego o l'Esperit Sant en tu. Ho pots fer donant un sol instant totalment. I reconeixeràs a quin d'ells has elegit per les seves reaccions i ja no dubtaràs més. Així, el teu germà serà un testimoni de l'Esperit Sant en tu.

⁵ Practica el mecanisme de l'instant sant i la seva llum te cegarà i t'impedirà veure aquest món. ⁶ Al practicar-ho, experimentaràs el poder de Déu en tu i la teva debilitat es desprendreà de tu. I així estaràs més unit al Tot i els teus dubtes desapareixeran.

3. La petitesa en contraposició a la grandesa

¹ No te conformis amb la petitesa. En aquest món no hi ha res que tingui valor perquè procedeix de la petitesa. Quan te dediques amb afany a qualsevol cosa d'aquest món pensant que te donarà pau, t'empeteixes i negues la teva glòria.

¹ La petitesa i la glòria són les dues úniques alternatives que pots elegir per dedicar-hi tots els teus esforços. Però sempre que en tries una, en sacrificues l'altra.

² Cada cop que tries entre la petitesa i la glòria t'avalues a tu mateix. Tots els substituïts de la petitesa sempre te deixaran insatisfet. Sols en la grandesa, que és la teva llar eterna, te sentiràs satisfet.

³ Cadascuna de les decisions que prens és la resposta a allò que creus ser, i simbolitza el valor que te concedeixes a tu mateix. Allò que no té valor no te pot deixar satisfet. Sols pots anar més enllà de la petitesa trobant i desenvolupant la teva funció.

⁴ L'Esperit Sant coneix quina és la teva funció, doncs t'arriba a través d'Ell des de la Grandesa. A més ja disposes d'ella. Canalitza els teus esforços en posar la teva atenció contra la petitesa, i viu conscient de la teva pròpia grandesa. El poder de Déu està amb tu.

⁵ Què prefereixes, viure amb tristesa o amb goig? Amb cada decisió que prenguis a favor del Cel o de l'infern tindràs consciència del que hagi triat. ⁶ El poder i la glòria que hi ha en tu són per a tothom. Però no brindis ni acceptis petitesa.

⁷ Tu ets l'amfitrió de Déu. Déu es vol estendre a Si Mateix a través de tu més enllà de tot el món cap a les teves creacions.

⁸ Despertar a la glòria no és un sacrifici, però sí que ho és acceptar qualsevol cosa que no sigui la glòria. No pots comprendre el que és l'amor perquè has elegit comprar-lo amb quincalla i, al valorar-lo poc, no comprens la seva grandesa.

⁹ Mai oblidis que no aprens sols per a tu, de la mateixa manera que jo tampoc ho vaig fer. ¹⁰ Solament la Voluntat de Déu te pot donar una satisfacció plena. ¹¹ Accepta el Seu pla per a la salvació, i no el vulguis canviar pel teu .

¹² Allà on percebis que està el teu germà, allà creuràs estar tu. No reaccionis a la seva petició de petitesa i d'infern, sinó a la seva crida a la glòria i al Cel.

4. La pràctica del instant sant

¹ Es pot aprendre aquest curs tot d'una. L'instant sant és aquest instant i cada instant. El que tu vols que ho sigui, ho és. El que no ho vols, el malgastes. Quan el practiques pots tenir una consciència feliç d'ell.

² La pràctica es basa en què estiguis disposat a abandonar tota petitesa i desitgis la grandesa. ³ Has de ser humil davant d'ell i, tanmateix, gran en ell. No prioritzis cap pla de l'ego sobre el de Déu.

⁴ Amb l'instant sant solament acceptes el Pla de Déu. En ell trobes la pau perquè has satisfet les seves condicions. Pots demanar l'instant sant en qualsevol moment i lloc que desitgis.

⁵ Joestic dins l'instant sant tan clarament com tu ho desitgis. El temps que tardis en acceptar-me és el que tardaràs en fer-lo teu. Fes-lo teu i alliberes la teva ment, amfitriona de Déu, de la petitesa.

⁶ En aquest instant de pau es reconeix que totes les ments estan en comunicació. En ell, la teva ment està receptiva tant per donar com per rebre. És un moment en el que es dona i es rep perfecta comunicació. No tracta de canviar res, sinó d'acceptar tot.

⁷ Has de renunciar a tenir pensaments secrets i a conservar-los. Al creure que pots retenir

pensaments que no vols compartir amb ningú rebutges la perfecta comunicació de l'instant sant que fa que aquest instant sigui el que és.

8 Cada pensament que elegeixis mantenir i conservar en secret interromp la comunicació. D'aquesta manera t'oposes a la comunicació perfecta.

9 La condició necessària per a què l'instant sant tingui lloc no requereix no tenir pensaments impurs, però sí requereix que no en tinguis cap que vulguis conservar. Per tant no protegeixis els pensaments que vols negar-te a compartir.

9 La innocència no és una fabricació teva. Se te dona en el moment que la vulguis. Per això, es va crear l'Expiació.

5. L'instant sant i les relacions especials

1 L'instant sant és el millor recurs d'ensenyament de l'Esperit Sant per ajudar-te a poder comprendre el significat de l'amor. Doncs el seu propòsit és la suspensió total de tot judici.

2 Limitar l'amor a una part de la Filiació produeix culpabilitat en les teves relacions. Utilitzar la separació per salvar-te és creure que estàs tot sol i és ser culpable.

3 No pots estimar solament a algunes parts de la realitat i alhora entendre el significat de l'amor. Creure que les relacions, amb un amor especial, te poden oferir la salvació és creure en la separació.

4 En totes les relacions no santes hi ha elements de por degut a què es viuen amb culpabilitat. A on hi ha por no hi pot haver amor perfecte. Però l'Esperit Sant ensenya que les relacions especials es poden convertir en lliçons d'amor.

5 Per a l'Esperit Sant ningú és especial. Posa sota la Seva atenció qualsevol relació i aquesta deixarà d'originar por i dolor. Però primer se la has d'oferir a Ell per a què no estaloni cap altra necessitat que la Seva, doncs les teves falses necessitats la destruirien.

6 Si vols substituir una relació per a una altra, és que no se l'has ofert a Ell. L'amor no es pot substituir. Quan dones valor de forma desigual, en primer lloc t'has condemnat a tu mateix per no acceptar al teu germà tal com és.

7 L'ego empra les relacions de forma tan fragmentada que a vegades vol una part d'un germà, però a la vegada també vol altres parts d'altres. I així, es relaciona amb la realitat de forma capritxosa de manera que va cercant una imatge inexistent i irreal.

8 En l'instant sant cap persona és especial, doncs no exigeixes a ningú les teves falses necessitats personals per fer que els teus germans siguin diferents.

9 L'instant sant, a l'esvaïr les teves percepcions del passat i no poder emetre judicis, reflexa el coneixement de Déu.

9 I així, a l'entrar en l'ara, veus que l'amor es troba dins teu i ja no necessites cercar-lo ni robar-lo en el teu exterior.

10 En l'instant sant s'afavoreix a tota la Filiació, i al quedar englobada en la teva benedicció, aquesta es torna una per a tu. En l'instant sant t'uneixes directament a Déu, i tots els teus germans s'uneixen en Crist que és el Ser que la Filiació comparteix.

11 En l'instant sant no hi ha conflicte de mancances ja que sols hi ha una necessitat: estendre l'amor fins a l'eternitat i fins a la Ment de Déu. Així es pot comprendre l'amor.

6. L'instant sant i les lleis de Déu

1 Mentre empris una relació i perjudiquis a una altra sentiràs culpabilitat. En canvi, tenir fe en què cada relació té la capacitat de satisfer-te totalment, únicament pot procedir d'una perfecta fe en tu mateix. Totes les relacions són compromisos totals.

2 Tens poca fe perquè no acceptes que dintre de tu es troba l'amor perfecte. Cerques a fora el que no se pot trobar, doncs no està allà.

2 En l'instant sant compartim la fe que depositem en el Fill de Déu, que és digna d'ella, que apreciem el seu valor i no dubtem de la seva santedat. I, així, l'estimem.

3 Quan es comparteix la santedat, la separació desapareix. La santedat és poder, i al compartir-la, aquest poder augmenta.

4 Déu és una idea i tu també. Així tant Déu com tu us podeu entregar totalment, sense que això pugui generar pèrdues per a tu i només pugui originar guanys.

5 En el món de l'escassetat l'amor no es comprèn i La pau és impossible. En la terra s'accepten tant la idea de guanyar com la de perdre, i així ningú és conscient que en el seu interior resideix l'amor perfecte.

5 En l'instant sant reconeixes que l'amor està en tu. No hi pot haver cap pèrdua, sinó tant sols plenitud. Així sols pots donar. I això és amor segons les lleis de Déu. Quan acceptes amb gust les lleis de Déu no te pots sentir empresonat ni limitat.

6 En l'instant sant es descorre el vel del temps que cobria la veritat. Res no ha canviat. Però així pots tenir fe en l'amor sense experimentar cap por. El teu Guia et dóna aquesta fe. 7 Tu ets solament una idea i gràcies a això pots estar en plena comunicació amb tot.

8 En l'instant sant no hi ha exclusió perquè el passat desapareix, i amb ell també desapareix l'origen de l'exclusió.

8 Per mitjà de la teva capacitat per fer això comprendre el que ets, doncs començaràs a entendre allò que és el teu Creador i la seva Creació.

7. El sacrifici innecessari

1 L'Amor de Déu és l'únic que te pot donar plena satisfacció. No n'hi ha cap altre. Atès que gaudeix de plenitud, no demana res. Tots els que s'uneixen a Ell ho tenen tot.

2 L'ego, emperò, estableix relacions només amb la finalitat d'obtenir alguna cosa i conservar-la fent que els altres se sentin culpables. L'atracció de l'ego és tan dèbil que només atreu als que no es donen compte que atreuen a través de la culpabilitat.

2 L'ego sempre simula atreure a través de l'amor que sap que no trobaràs, però no té cap atracció sobre els que perceben que atreuen per mitjà de la culpabilitat.

3 La culpabilitat s'ha convertit en alguna cosa aparentment real per a tu. Ningú abandona el que considera valuós. Però no podries sentir la seva malaltissa atracció si l'examinessis amb meticulositat. Duu la teva culpabilitat davant la llum i veuràs que és una bogeria.

4 La doctrina bàsica de l'ego és que pots fugir del que fas als altres. Així t'embarca en una llarga i insatisfactòria cadena de relacions especials amb la creença que com més ira descarreguis a fora, més protegit estaràs.

5 Aquesta és la cadena que t'aferra a la culpabilitat. Examinem amb calma els plans que ensenya l'ego per a relacionar-se amb els altres i els podràs oferir al teu Guia

6 Tota relació que l'ego estableix descansa en la idea que sacrificant-se a sí mateix ell s'engrandeix. El "sacrifici", que ell considera una purificació, és de fet la causa del seu amarg ressentiment.

6 Fer sentir culpable a un altre és un atac directe, encara que apareix dissimulat. Els que se senten culpables esperen ser atacats, i així se senten atrets per l'agressivitat de l'atac.

7 Cada un pensa que s'ha sacrificat per l'altre i l'odia per això. No estàs enamorat de l'altre en absolut, però sí del sacrifici. I per aquest sacrifici que t'imposes a tu mateix exigeixes que l'altre accepti la culpabilitat i que també es sacrifiqui a si mateix.

8 Tanmateix, aquestes relacions només tenen una aparença d'estar intactes, doncs per a l'ego l'únic significat de les relacions és que els cossos estan junts. Per a l'ego el que pensa la ment és una cosa privada i el cos és l'únic que es pot compartir.

8 Per a l'ego les idees no tenen importància, excepte si amb elles poden atreure altres cossos o fer-los enfora. Sense l'atracció de la culpabilitat l'ego creu que perdria l'altre.

9 L'ego beneeix tota unió amb el sofriment i el sacrifici. I aquest és el regal que accepten els que escolten l'ego.

10 Quan t'enfades segur que estàs en una relació especial beneïda per l'ego, doncs la ira és la seva benedicció.

10 La ira és un intent que l'altre se senti culpable. Però estar amb un cos no és estar en comunicació. I si creus que ho és, te sentiràs culpable en relació a la comunicació i tindràs por d'escoltar a l'Esperit Sant, doncs la Seva Veu és comunicació.

11 La por a comunicar és una bogeria. Però quan creus que les ments són una cosa privada, la unió dels cossos sembla que es pugui realitzar sense les ments, i això fa que sembli que les ments estiguin separades.

12 Mentre creguis que estar amb un altre cos és tenir companyia, redueixes el teu germà al seu cos i el confinaràs en ell per mitjà de la culpabilitat. Doncs l'ego ensenya que la soledat es supera per mitjà de la culpabilitat, i que la comunicació és la causa de la soledat.

13 El perdó radica en la comunicació i la condemna en la culpabilitat. L'Esperit Sant mostra que la comunicació és la salvació als que creuen que la comunicació és condemna.

14 L'Instant sant recupera la comunicació i, per tant, la culpabilitat no exerceix cap atracció. En l'Instant sant no hi ha res amagat, ni pensaments privats i, en ell, el perdó és complet, doncs no hi ha cap desig d'excloure a ningú de la teva compleció.

14 I al comprendre que la teva plenitud és la de Déu, prens consciència que ets part d'Ell i te pots reconèixer tal com vas ser creat i tal com ets.

8. L'única relació real

1 L'Esperit Sant t'ajuda a recordar que el perdó no suposa cap classe de pèrdua, sinó tot el contrari: és la teva salvació.

2 Aprèn d'Ell que no tens necessitat de relacions especials en absolut. En elles mai no podràs aprendre el valor del que vas rebutjar, la qual cosa encara desitges de tot cor.

3 Accepta la teva sensació de fracàs com un error respecte a qui ets. Doncs el sant amfitrió de Déu no pot perdre res del que ell és. Estàs en una relació tant santa, que invoca a tot el món a fugir de la soledat i a unir-se a tu en el teu amor.

4 Déu te va donar la Filiació per consolidar la teva perfecta creació. La teva única relació és la que tens amb tot l'univers. I aquest univers, al ser de Déu, està molt més enllà dels cossos que perceps. Totes les parts de l'univers estan unides a Déu a través de Crist.

5 L'Esperit Sant manté el canal obert per rebre la comunicació de Déu per a tu i la teva per a Ell. Déu no entén el teu problema de comunicació, ja que ell no el comparteix amb tu.

6 Deixa que l'Esperit Sant t'ensenyi l'únic significat de les relacions.

6 Ell te diu que l'única relació que té significat és la que Déu té amb tu.

9. L'instant sant i l'atracció de Déu

¹ L'Esperit Sant proposa canviar la percepció limitada als cossos per la visió dels Grans Rajos que refulgeixen des d'ells. Aquest canvi de la percepció a la visió és el que s'aconsegueix en l'instant sant.

¹ A més, a aquesta visió la pots fer permanent quan l'acceptes com l'única percepció que desitges. Però has d'estar llest per fer-ho.

² Hem de continuar el procés d'evitar qualsevol interferència i veure totes es interferències com allò que són exactament. El cos és el símbol de l'ego i l'ego és el símbol de la separació i ambdós només són un intent d'obstaculitzar la comunicació i d'impossibilitar-la.

² La comunicació per a què tingui significat ha de ser il·limitada. La comunicació és l'únic mitjà a través del qual pots establir autèntiques relacions. Una comunicació sense significat te deixaria insatisfet.

³ En l'instant sant, en el qual els Grans Rajos reemplacen al cos en la teva consciència, se te concedeix poder reconèixer les relacions il·limitades, però abans és necessari renunciar a tots els usos que l'ego fa del cos i deixar de fer-li cas.

⁴ L'amor sempre produeix expansió. Però l'ego sempre exigeix límits i fer-te creure en la petitesa i la impotència.

⁵ Si permetessis a l'Esperit Sant parlar-te de l'Amor que Déu te dona i de la necessitat que tenen les teves creacions d'estar amb tu per sempre experimentaries l'atracció d'allò que és etern. El cos és insignificant i limitat i no te pot oferir el regal de la llibertat.

⁷ A mesura que li permetis a l'Esperit Sant ensenyar-te a utilitzar el cos solament com a mitjà de comunicació i deixes d'utilitzar-lo per separar i atacar, aprendràs que no tens necessitat del cos en absolut.

⁷ En l'instant sant no hi ha cossos i l'únic que en ell s'experimenta és l'atracció de Déu. La realitat d'aquesta relació és l'única veritat que pots desitjar.

10. L'hora del renéixer

¹ Mentre estiguis al món pots retardar la teva unió completa que existeix entre el Creador i el Seu Fill, ja que en aquest món la culpabilitat posa barreres entre ells.

² L'instant sant és l'hora de Crist. Tot sacrifici és en realitat una limitació que s'estableix a l'acte de donar i per mitjà d'aquesta limitació limites el regal de la unió que jo t'ofereixo.

³ Nosaltres som un, i, per tant, no podem donar per separat. Quan reconeguis que som un, abandonaràs l'atracció de la culpa.

4 Necessites corregir la teva percepció, doncs només vas cometre un error.

5 Totes les teves pors procedeixen d'una mateixa idea: que només pots ser amfitrió de l'ego o hostatge de Déu. No perceps cap altra sortida. Tens por de l'amor perquè no pots imaginar l'amor sense sacrifici.

5 Però el sacrifici no és amor, és atac. Si acceptessis aquest pensament, la teva por a l'amor desapareixeria. Si hi ha sacrifici algú sempre ha de pagar perquè un altre guanyi.

6 L'ego, a qui tu has escoltat com a mestre, traeix solament als que creuen ser el seu amfitrió, però l'ego mai no te deixarà entendre això, doncs l'abandonaries tot d'una.

7 Atès que les teves experiències d'amor inspirades per l'ego han suposat sacrifici i culpabilitat creus que l'amor total te podria exigir un sacrifici total, i així te sembla que Déu t'exigeix més que l'ego.

8 Tu ets l'únic que demana sacrificis, i només de tu mateix. Exigir sacrificis, però, és tan terrible que no pots acceptar d'on procedeix aquesta ensenyança. I has preferit renunciar a Déu per no haver d'acceptar-lo. Així vas obrir les portes a l'ego i vas projectar a Déu fora teu.

8 Vas obrir les portes justament al que te vol destruir i que t'exigeix que te sacrificis completament. 9 Has d'elegir entre la llibertat absoluta i l'esclavitud absoluta.

11. Nadal com a símbol de la fi del sacrifici

1 No tinguis por de reconèixer que la idea de sacrifici la vas inventar tu. 2 El símbol de Nadal és una llum en la foscor. Crist no exigeix a ningú cap sacrifici.

4 El sacrifici ens fa enfora de l'amor. La culpabilitat dóna lloc al sacrifici, de la mateixa manera que la pau és la condició que et permet ser conscient de la teva relació amb Déu.

5 Mentre percebis que la teva realitat és un cos te percebràs tot sol, desposseït i com una víctima del sacrifici i creuràs que està justificat sacrificar a altres. Sentir-te privat d'alguna cosa genera atac. I al conservar la teva privació, l'atac es torna salvació i el sacrifici, amor.

6 És impossible negar el que és l'amor i alhora reconèixer-lo. 7 En l'instant sant és satisfà la condició de l'amor, doncs les ments s'uneixen sense la interferència del cos, i a on hi ha comunicació hi ha pau.

7 Vaig néixer per restablir la condició de l'amor ensenyant que la comunicació continua sense interrupció encara que el cos sigui destruït. 8 L'hora de Crist té sentit quan va acompanyada d'alegria. Celebrem la pau sense exigir cap sacrifici. (Oració. Consultar llibre de Text)

9 Els que reben el Pare són un amb Ell, al ser els amfitrions d'Aquell que els va crear.